

## Mengamati Keadaan Penduduk Lansia, Ciri-Ciri, dan Tugas Perkembangan Lansia melalui Kunjungan ke Rumah

Ramadan Lubis<sup>1</sup>, Isnanda Marsyah Khairani<sup>2</sup>, Wulan Safhani Dabutar<sup>3</sup>,  
Syofia Nabila Purba<sup>4</sup>, Nurul Masitha<sup>5</sup>, Fatimah Azzahra May Putri<sup>6</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6</sup>Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, Indonesia

Email: [ramadanlubis@uinsu.ac.id](mailto:ramadanlubis@uinsu.ac.id)<sup>1</sup>, [isnanda0303241011@uinsu.ac.id](mailto:isnanda0303241011@uinsu.ac.id)<sup>2</sup>,  
[wulan0303241025@uinsu.ac.id](mailto:wulan0303241025@uinsu.ac.id)<sup>3</sup>, [syofia0303241029@uinsu.ac.id](mailto:syofia0303241029@uinsu.ac.id)<sup>4</sup>,  
[nurul0303242031@uinsu.ac.id](mailto:nurul0303242031@uinsu.ac.id)<sup>5</sup>, [fatimah0303241002@uinsu.ac.id](mailto:fatimah0303241002@uinsu.ac.id)<sup>6</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengamati secara langsung keadaan penduduk lanjut usia (lansia), mencermati ciri-ciri khas yang muncul pada masa lansia, serta memahami tugas-tugas perkembangan yang dijalani pada tahap kehidupan tersebut. Kegiatan ini dilakukan melalui kunjungan ke rumah salah satu lansia yang direkomendasikan oleh ketua RT setempat. Metode yang digunakan adalah observasi langsung dan wawancara ringan untuk memperoleh gambaran menyeluruh mengenai kondisi fisik, kognitif, sosial-emosional, moral, psikologis, dan spiritual lansia. Hasil observasi menunjukkan bahwa lansia mengalami berbagai perubahan, Secara umum, lansia berusaha menjalani tugas-tugas perkembangan seperti penyesuaian diri terhadap perubahan peran sosial, penerimaan terhadap kondisi diri, serta peningkatan kedekatan spiritual. Melalui kunjungan ini, peneliti memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai kehidupan lansia dan pentingnya peran lingkungan dalam mendukung kesejahteraan mereka.

Kata Kunci: lansia, perkembangan, tugas perkembangan, observasi, kunjungan rumah.

### ABSTRACT

*This study aims to directly observe the condition of elderly people, examine the characteristics that emerge in old age, and understand the developmental tasks undertaken at this stage of life. This activity was carried out through a visit to the home of an elderly person recommended by the local neighborhood association (RT) chairman. The methods used were direct observation and light interviews to obtain a comprehensive picture of the physical, cognitive, socio-emotional, moral, psychological, and spiritual conditions of the elderly. The results of the observation showed that the elderly experience various changes. In general, the elderly try to carry out developmental tasks such as adjusting to changes in social roles, accepting their condition, and increasing spiritual closeness. Through this visit, the researchers gained a deeper understanding of the lives of the elderly and the importance of the role of the environment in supporting their well-being.*

*Keywords: elderly, development, developmental tasks, observation, home visits.rt*

## PENDAHULUAN

Lanjut usia (lansia) merupakan tahap akhir dalam rentang kehidupan manusia yang ditandai oleh berbagai perubahan, baik secara fisik, psikologis, sosial, maupun spiritual. Pada masa ini, seseorang mulai mengalami penurunan fungsi tubuh dan kekuatan fisik, disertai dengan munculnya kebutuhan akan perhatian, dukungan emosional, serta penerimaan dari lingkungan sekitar. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah penduduk lansia di Indonesia terus mengalami peningkatan setiap tahunnya. Hal ini menunjukkan bahwa perhatian terhadap kesejahteraan lansia menjadi isu penting dalam pembangunan sosial dan bidang pelayanan masyarakat.

Selain menghadapi tantangan kesehatan, lansia juga dihadapkan pada berbagai tugas perkembangan yang perlu dijalani dengan baik. Menurut teori perkembangan, pada masa tua individu diharapkan mampu menerima perubahan yang terjadi pada dirinya, mempertahankan hubungan sosial yang positif, serta mendekatkan diri kepada Tuhan sebagai bentuk kesiapan menghadapi fase kehidupan berikutnya. Namun dalam kenyataannya, tidak semua lansia dapat menyesuaikan diri dengan perubahan tersebut, terutama jika kurang mendapatkan dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitarnya.

Melalui kegiatan observasi ini, peneliti berupaya untuk memahami lebih dalam mengenai keadaan penduduk lansia, mengenali ciri-ciri yang tampak pada masa ini, serta menelaah tugas-tugas perkembangan yang dijalani. Kunjungan ke rumah lansia dilakukan untuk memperoleh gambaran nyata tentang kehidupan lansia di lingkungan masyarakat dan mengetahui bagaimana mereka menjalani masa tua dengan kondisi serta dukungan sosial yang ada.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif analitik dengan metode kualitatif yang dirancang melalui studi kasus. Tujuannya adalah untuk menggambarkan dan menganalisis keadaan penduduk lanjut usia (lansia), ciri-ciri lansia, serta tugas-tugas perkembangannya yang meliputi aspek fisik, kognitif, sosial-emosional, moral, dan spiritual. Penelitian ini dilakukan melalui kegiatan observasi alami dan wawancara sederhana terhadap seorang lansia yang direkomendasikan oleh ketua RT setempat, serta wawancara tambahan dengan beberapa tetangga di lingkungan sekitar untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai kondisi sosial dan keseharian lansia tersebut.

Metode kualitatif dipilih karena dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam terhadap fenomena yang diamati melalui pengumpulan data deskriptif. Dalam penelitian ini, peneliti berperan aktif melakukan pengamatan langsung terhadap perilaku, kebiasaan, dan interaksi sosial lansia dalam kehidupan sehari-hari. Melalui observasi alami, peneliti dapat mencatat secara detail perubahan fisik, kemampuan kognitif, serta bentuk interaksi sosial dan emosional yang ditunjukkan oleh lansia dalam konteks kehidupannya di lingkungan rumah dan masyarakat

sekitar.

Selain observasi, wawancara sederhana juga dilakukan untuk memperoleh informasi tambahan mengenai pandangan masyarakat sekitar terhadap kondisi lansia tersebut. Wawancara dilakukan secara santai dan tidak terstruktur, agar responden merasa nyaman dalam memberikan informasi yang jujur dan terbuka. Informasi yang diperoleh dari wawancara dengan tetangga digunakan untuk memperkuat data hasil observasi, khususnya mengenai aspek sosial, moral, dan spiritual lansia dalam keseharian.

Selanjutnya, teknik dokumentasi digunakan sebagai pelengkap untuk mendukung hasil observasi dan wawancara. Dokumentasi berupa catatan lapangan, hasil pengamatan, serta foto kegiatan observasi menjadi bukti pendukung yang memperkuat keabsahan data penelitian. Dengan menggunakan ketiga teknik tersebut secara terpadu, peneliti berupaya menyajikan gambaran yang utuh dan mendalam mengenai keadaan penduduk lansia, ciri-ciri yang tampak pada masa lanjut usia, serta tugas-tugas perkembangan yang dijalani pada tahap kehidupan ini.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Sebelum melakukan observasi langsung kepada subjek lansia, peneliti terlebih dahulu melakukan wawancara singkat dengan Ketua RT setempat untuk memperoleh gambaran umum mengenai kondisi penduduk lanjut usia di lingkungan tersebut. Berdasarkan hasil wawancara, diketahui bahwa di wilayah ini terdapat sekitar 10 orang lanjut usia dengan rentang usia antara 60-80 tahun. Sebagian besar dari mereka tinggal bersama anggota keluarga, sedangkan beberapa lainnya hidup sendiri namun tetap mendapatkan perhatian dari tetangga sekitar.

Ketua RT juga menjelaskan bahwa para lansia di lingkungan ini umumnya memiliki latar belakang pekerjaan sebagai ibu rumah tangga, pedagang kecil, atau pensiunan. Dari sisi ekonomi, sebagian besar tergolong cukup sederhana, namun kebutuhan dasar mereka masih terpenuhi melalui dukungan keluarga maupun bantuan sosial dari pemerintah desa.



Gambar 1. Dokumentasi

Selain itu, terdapat beberapa program kegiatan untuk lansia, seperti posyandu lansia yang diadakan setiap bulan oleh pihak kelurahan bekerja sama dengan kader kesehatan. Dalam kegiatan tersebut, para lansia mendapatkan pemeriksaan kesehatan rutin seperti pengecekan tekanan darah, berat badan, dan penyuluhan tentang pola hidup sehat.

Ketua RT juga menyampaikan bahwa tidak semua lansia aktif mengikuti kegiatan sosial. Beberapa di antaranya lebih memilih untuk berdiam di rumah karena faktor kesehatan atau sifat pribadi yang tertutup. Berdasarkan rekomendasi dari Ketua RT, peneliti kemudian diarahkan untuk melakukan observasi langsung ke rumah seorang nenek lansia yang dikenal cukup tertutup namun masih mampu beraktivitas sehari-hari secara mandiri.

Melalui kunjungan ini, peneliti mulai mengamati berbagai aspek perkembangan yang dialami lansia tersebut, dimulai dari Perkembangan fisik, kognitif, sosial, emosional, moral dan spiritual.

Perkembangan fisik pada lansia merupakan indikator penting dalam menilai status kesehatan dan kualitas hidup seseorang pada tahap akhir perkembangan manusia. Aspek fisik yang umum diamati meliputi kekuatan tubuh, fungsi pancaindra, serta kemampuan motorik halus dan kasar. Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan pada seorang lansia bernama Sainah yang berusia 65 tahun, diketahui bahwa secara umum kondisi fisiknya mengalami beberapa penurunan yang wajar seiring bertambahnya usia. Lansia mulai menunjukkan penurunan kondisi tubuh seperti, membungkuk nya badan, mengeriputnya kulit, memutihnya rambut dan gerakan tubuh yang tidak lagi secepat orang dewasa muda. Selama observasi, lansia tampak cukup tertutup dan tidak banyak bercerita mengenai kondisi kesehatannya. Namun, melalui pengamatan langsung, peneliti melihat adanya sedikit pembengkakan di bagian leher. Meskipun lansia tidak menjelaskan secara rinci mengenai keluhan tersebut, kondisi ini dapat mengindikasikan adanya gangguan kesehatan ringan atau penurunan fungsi tubuh akibat faktor usia. Secara umum, lansia masih mampu melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri, meskipun terlihat mudah lelah dan memerlukan waktu istirahat yang lebih lama dibandingkan sebelumnya.

Dari segi kognitif, lansia menunjukkan tanda-tanda penurunan kemampuan berpikir dan daya ingat. Hal ini terlihat ketika peneliti mencoba mengajukan beberapa pertanyaan sederhana mengenai kegiatan sehari-hari dan pengalaman masa lalu, namun lansia tampak kebingungan dalam menjawab dan membutuhkan waktu cukup lama untuk merespons. Beberapa kali, jawaban yang diberikan tidak sesuai dengan pertanyaan yang diajukan, yang menunjukkan adanya gangguan pada kemampuan konsentrasi dan proses mengingat. Kondisi ini dapat terjadi secara alami akibat proses penuaan, di mana fungsi otak mulai menurun seiring bertambahnya usia. Meskipun demikian, lansia masih mampu berinteraksi dan mengenali orang-orang di sekitarnya, terutama tetangga terdekat yang sering berkunjung, menandakan bahwa kemampuan kognitifnya belum sepenuhnya menurun secara signifikan.

Pada aspek sosial dan emosional, lansia menunjukkan kecenderungan untuk bersikap tenang dan tidak terlalu banyak berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Berdasarkan hasil wawancara singkat, lansia menyampaikan bahwa dirinya masih berupaya untuk bergaul dengan warga sekitar dan sesekali mengikuti kegiatan sosial seperti arisan lingkungan. Namun, dari keterangan beberapa tetangga diperoleh informasi yang berbeda, di mana lansia diketahui lebih sering berada di rumah dan jarang terlibat dalam kegiatan masyarakat seperti pengajian atau pertemuan warga. Lansia lebih banyak menghabiskan waktunya di rumah dengan bermain gawai (handphone) untuk menonton video atau sekadar melihat media sosial, sehingga interaksinya dengan lingkungan sekitar menjadi lebih terbatas.

Perbedaan pandangan ini dapat disebabkan oleh adanya persepsi yang berbeda antara lansia dan lingkungan sekitarnya. Lansia mungkin merasa sudah cukup bersosialisasi sesuai dengan kemampuannya, sedangkan tetangga menilai bahwa keterlibatan sosialnya sudah menurun. Sikap tertutup yang ditunjukkan lansia dapat dipengaruhi oleh kondisi kesehatan, pengalaman hidup, atau keinginan untuk menjaga privasi. Meskipun demikian, lansia tampak tenang secara emosional dan menunjukkan ekspresi yang stabil dalam keseharian, menandakan adanya kemampuan menyesuaikan diri dengan lingkungan sesuai dengan kenyamanan pribadinya.

Pada aspek moral dan spiritual, lansia menunjukkan pemahaman yang masih ada terhadap nilai-nilai keagamaan, meskipun praktik ibadahnya tidak dapat diamati secara langsung. Selama proses observasi, lansia sempat menyebutkan bahwa waktu telah memasuki salat Asar dan berniat untuk melaksanakan salat, namun peneliti tidak dapat memastikan apakah ibadah tersebut benar-benar dilakukan karena keterbatasan waktu kunjungan. Berdasarkan informasi dari tetangga, lansia diketahui sudah jarang mengikuti kegiatan keagamaan seperti wirid atau pengajian di lingkungan sekitar. Kegiatan wirid yang dahulu rutin diikuti kini lebih banyak dilakukan oleh anaknya, sementara lansia lebih memilih beristirahat di rumah.

Hal ini menunjukkan bahwa tingkat aktivitas spiritual lansia mulai menurun, baik karena faktor fisik yang sudah melemah maupun adanya perubahan kebiasaan dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Namun, kesadaran spiritual masih tampak melalui ucapannya yang menandakan bahwa ia mengenali waktu salat dan tetap memiliki rasa hormat terhadap ajaran agama. Dari segi moral, lansia bersikap sopan dan menghargai tamu yang datang, yang tercermin dari cara bicaranya yang lembut serta sikap menghormati peneliti selama kunjungan berlangsung.

Secara umum, hasil observasi menunjukkan bahwa lansia berusaha menjalani tugas-tugas perkembangan yang sesuai dengan tahap kehidupannya, seperti menerima perubahan fisik, menyesuaikan diri terhadap peran sosial yang baru, serta memperdalam hubungan spiritual dengan Tuhan. Meskipun terdapat keterbatasan pada aspek fisik dan kognitif, dukungan dari lingkungan sosial dan

keluarga tetap menjadi faktor penting dalam menjaga kesejahteraan lansia secara menyeluruh.

Bahasa merupakan sarana penting dalam berkomunikasi dengan lingkungan sekitar. Berdasarkan hasil observasi, lansia masih dapat berkomunikasi dengan baik menggunakan kalimat yang jelas dan terstruktur, meskipun terkadang pelafalan melambat, atau lupa istilah tertentu. Lansia juga mampu merespons percakapan dengan sopan dan memperhatikan lawan bicara.

Namun, pada kondisi tertentu, kemampuan berbahasanya terlihat menurun, terutama ketika berbicara dalam waktu lama atau saat membahas topik yang kompleks. Lansia lebih nyaman berbicara tentang hal-hal sederhana atau kesehariannya. Hal ini menunjukkan adanya kecenderungan untuk mempertahankan topik yang familiar, sebagai bagian dari mekanisme adaptif terhadap perubahan fungsi kognitif yang dialami.

Dari segi emosional, nenek menunjukkan adanya perubahan suasana hati tertentu. Dalam beberapa situasi, nenek tampak mudah terbawa perasaan dan terlihat menahan tangis, terutama ketika pembicaraan menyentuh hal-hal pribadi seperti mengenai suaminya yang sudah tidak tinggal bersama. Pada saat itu, matanya tampak berkaca-kaca, menunjukkan adanya perasaan sedih dan rindu yang masih tersimpan.

Meskipun demikian, nenek mampu menenangkan dirinya setelah beberapa waktu dan kembali bersikap tenang. Dalam interaksi, nenek cenderung lebih banyak diam dan memberikan jawaban singkat ketika diajak berbicara, seperti menjawab dengan kata "iya" atau "tidak". Hal ini dapat menunjukkan adanya kecenderungan menarik diri secara emosional atau keterbatasan dalam mengekspresikan perasaan. Namun, secara keseluruhan, nenek masih menunjukkan kemampuan untuk mengendalikan emosinya dengan baik, meskipun ekspresi emosionalnya tidak terlalu terbuka seperti pada masa yang lebih muda.

## **Pembahasan**

### **1. Perkembangan Fisik dan Motorik**

Berdasarkan hasil observasi, secara fisik nenek menunjukkan tanda-tanda penurunan fungsi tubuh yang lazim dialami pada usia lanjut. Salah satunya adalah munculnya pembengkakan pada bagian leher yang terlihat secara kasat mata. Kondisi ini dapat disebabkan oleh menurunnya sistem metabolisme tubuh dan sirkulasi darah yang tidak lagi seoptimal masa muda. Menurut Hurlock (1996; 375), proses penuaan menyebabkan perubahan pada hampir semua organ tubuh, termasuk berkurangnya elastisitas otot, penurunan massa tulang, dan melemahnya sistem imun tubuh. Dengan demikian, pembengkakan yang dialami nenek dapat menjadi tanda dari berkurangnya kemampuan tubuh dalam menjaga keseimbangan cairan dan jaringan.

Selain itu, dari segi kekuatan fisik, nenek tampak mengalami penurunan stamina. Saat berjalan, gerakannya terlihat lambat dan berhati-hati. Hal ini sesuai dengan pendapat Santrock (2002;536) yang menjelaskan bahwa pada tahap lansia, kemampuan otot dan koordinasi motorik menurun karena proses degeneratif pada sistem saraf dan otot. Gerakan motorik kasar seperti berjalan, duduk, atau berdiri memerlukan energi lebih besar dibandingkan usia sebelumnya. Namun demikian, penurunan tersebut merupakan hal yang wajar selama masih berada dalam batas kemampuan adaptif lansia terhadap lingkungannya.

Dari aspek motorik halus, nenek masih mampu melakukan kegiatan sederhana seperti memegang benda, mengambil makanan, dan mengoperasikan ponsel. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun kemampuan motorik kasarnya menurun, motorik halusnya masih terjaga dengan baik. Menurut WHO (2018;12), fungsi motorik halus pada lansia dapat tetap bertahan lebih lama apabila individu tetap aktif menggunakan tangan dan jari dalam kegiatan sehari-hari, seperti merapikan rumah, menulis, atau mengoperasikan alat kecil. Kondisi ini mengindikasikan bahwa nenek masih memiliki tingkat kemandirian tertentu dalam aktivitasnya.

Jika ditinjau secara umum, penurunan fisik dan motorik yang dialami nenek masih termasuk dalam kategori wajar bagi usia lanjut. Namun, adanya gejala pembengkakan di bagian tubuh tertentu perlu mendapat perhatian medis agar tidak berkembang menjadi gangguan kesehatan yang lebih serius. Dalam konteks bimbingan dan pendampingan lansia, keluarga perlu memberikan dukungan dengan memastikan kebutuhan fisik dan aktivitas ringan tetap dilakukan secara rutin, karena aktivitas fisik ringan dapat memperlambat proses degeneratif dan meningkatkan kualitas hidup lansia.

## 2. Perkembangan Kognitif dan Bahasa

Berdasarkan hasil observasi, kemampuan kognitif nenek menunjukkan adanya penurunan yang cukup tampak. Ketika diajak berbicara, nenek sering kali membutuhkan waktu lebih lama untuk merespons pertanyaan dan terkadang memberikan jawaban singkat seperti “ya” atau “tidak.” Hal ini menunjukkan adanya penurunan fungsi daya ingat jangka pendek dan kemampuan berpikir cepat, yang merupakan gejala umum dari proses penuaan kognitif (Desmita, 2017: 214).

Meskipun demikian, pada saat suasana hati nenek sedang tenang dan nyaman, ia dapat berkomunikasi dengan lebih lancar dan terstruktur. Ia mampu menceritakan pengalaman masa lalu dengan cukup jelas dan teratur. Menurut Hurlock (1996: 381), lansia masih memiliki kemampuan berpikir reflektif dan memori jangka panjang yang relatif baik, terutama untuk pengalaman yang bermakna di masa lalu. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa daya ingat jangka panjang nenek masih berfungsi baik, sedangkan memori jangka pendek mengalami kemunduran.

Dari sisi bahasa, nenek masih dapat menyusun kalimat yang utuh dan

bermakna, meskipun tempo bicaranya lambat. Namun, ia cenderung berbicara seperlunya saja, sesuai konteks pembicaraan. Hal ini sejalan dengan pendapat Santrock (2002: 553) yang menyatakan bahwa lansia umumnya mengalami perlambatan dalam proses berpikir dan berbicara akibat berkurangnya fungsi sistem saraf pusat.

Menurut Papalia (2009: 467), kemampuan berbahasa pada lansia tidak selalu menurun secara signifikan, tetapi lebih dipengaruhi oleh kondisi psikologis dan sosial. Nenek yang tertutup dan jarang berinteraksi sosial cenderung menunjukkan penurunan kelancaran bahasa karena stimulasi komunikasi yang terbatas. Kondisi ini sesuai dengan hasil wawancara terhadap tetangga sekitar yang menyebutkan bahwa nenek jarang berbicara dan lebih banyak menghabiskan waktu sendiri di rumah.

Secara keseluruhan, aspek kognitif dan bahasa nenek menunjukkan adanya kemunduran ringan yang wajar pada masa lanjut usia. Penurunan ini tidak berarti hilangnya fungsi sepenuhnya, melainkan bentuk adaptasi alami terhadap perubahan fisiologis otak seiring pertambahan usia. Dukungan sosial, keterlibatan dalam percakapan, dan stimulasi kognitif sederhana seperti membaca atau mengikuti kegiatan komunitas dapat membantu menjaga kemampuan berpikir dan berbahasa tetap aktif pada lansia (Desmita, 2017: 216).

### 3. Perkembangan Sosial dan Emosional

Berdasarkan hasil observasi dan keterangan dari lingkungan sekitar, perkembangan sosial dan emosional nenek menunjukkan dinamika yang cukup menarik. Saat diwawancarai, nenek mengaku masih ikut arisan dan kadang bergaul dengan tetangga. Namun, dari penuturan tetangga, diketahui bahwa nenek sebenarnya jarang berinteraksi secara sosial dan lebih sering menghabiskan waktu sendirian di rumah. Hal ini menunjukkan adanya kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosialnya, yang dapat dikaitkan dengan perubahan emosional dan kebutuhan privasi pada masa lanjut usia (Desmita, 2017: 226).

Menurut Hurlock (1996: 391), penurunan aktivitas sosial pada lansia bisa disebabkan oleh beberapa faktor, seperti kondisi fisik yang menurun, kehilangan pasangan hidup, atau perasaan tidak dibutuhkan lagi oleh lingkungan. Dalam kasus ini, nenek tampak lebih nyaman berada di rumah, bermain handphone, dan menghindari kegiatan kelompok seperti pengajian atau pertemuan warga. Sikap ini bukan selalu tanda isolasi sosial, melainkan bentuk adaptasi emosional terhadap kondisi tubuh dan psikologis yang sudah menurun (Papalia, 2009: 472).

Dari aspek emosional, nenek tampak mudah tersentuh dan menunjukkan ekspresi kesedihan ketika membicarakan masa lalunya, terutama saat menyebut suaminya yang telah meninggal. Namun, setelah beberapa waktu ia mampu menenangkan diri dan kembali berbicara dengan tenang. Perilaku ini sejalan dengan teori Santrock (2002: 560), yang menjelaskan bahwa pada masa lansia, individu cenderung mengalami peningkatan kepekaan emosi dan refleksi terhadap pengalaman hidup, tetapi juga memiliki kemampuan regulasi diri yang lebih baik

dibandingkan masa muda.

Selain itu, perubahan suasana hati yang cepat dan kecenderungan diam juga dapat dipahami sebagai bentuk mekanisme pertahanan diri terhadap rasa kehilangan dan kesepian (Desmita, 2017: 228). Lansia seperti nenek sering kali merasa lebih nyaman dengan lingkaran sosial yang kecil dan interaksi yang terbatas, terutama dengan orang yang dianggap memahami dirinya.

Secara keseluruhan, perkembangan sosial dan emosional nenek menggambarkan proses penyesuaian diri terhadap perubahan peran dan lingkungan sosial pada masa tua. Meskipun tampak tertutup dan pendiam, nenek masih memiliki kepekaan emosional yang baik dan mampu mengatur perasaannya. Dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar sangat penting agar lansia seperti nenek tidak merasa terisolasi dan tetap memiliki semangat hidup yang positif (Papalia, 2009: 474).

#### 4. Perkembangan Moral dan Spiritual

Berdasarkan hasil observasi, nenek menunjukkan sikap yang mencerminkan tingkat perkembangan moral yang matang. Ia tampak mampu membedakan mana yang baik dan buruk, serta sering menasihati anak-anak dan cucunya untuk berbuat kebaikan. Dalam aktivitas sehari-hari, nenek juga rajin beribadah, seperti salat lima waktu dan membaca Al-Qur'an, yang menunjukkan adanya kesadaran spiritual yang tinggi. Meskipun fisiknya sudah lemah, semangatnya dalam menjalankan kewajiban agama tidak berkurang. Hal ini menandakan bahwa aspek moral dan spiritual masih berkembang secara stabil meskipun usia sudah lanjut.

Menurut Hurlock (1980: 365), perkembangan moral pada masa lanjut usia ditandai dengan meningkatnya kesadaran terhadap nilai-nilai kebaikan dan keinginan untuk hidup sesuai norma agama dan sosial. Nenek yang diamati memperlihatkan ciri tersebut, di mana ia cenderung menjadi panutan bagi keluarga dalam hal moral dan agama.

Selanjutnya, menurut Suyadi (2013: 182), perkembangan spiritual pada lansia biasanya semakin mendalam karena individu mulai memikirkan makna hidup dan kematian. Pada masa ini, keimanan menjadi sumber kekuatan psikologis untuk menghadapi penurunan fisik dan keterbatasan sosial. Hal ini sejalan dengan kondisi nenek yang tampak lebih banyak merenung, berdoa, dan bersyukur dalam setiap percakapan.

Selain itu, menurut Erikson dalam teori tahap psikososialnya, masa lanjut usia berada pada tahap integritas vs keputusasaan, di mana individu berusaha menerima kehidupannya dengan rasa damai dan penuh makna (Erikson, 1968: 141). Dalam observasi, nenek tampak telah mencapai tahap integritas karena ia menunjukkan penerimaan terhadap masa lalunya tanpa penyesalan yang mendalam, serta merasa cukup dengan kehidupan yang telah dijalani.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa perkembangan moral dan spiritual nenek tergolong baik. Ia mampu menjaga keseimbangan antara

pemahaman moral dan pengamalan spiritualnya, serta menjadi teladan bagi keluarga. Meskipun mengalami keterbatasan fisik, dimensi moral dan spiritualnya justru semakin kuat dan stabil seiring bertambahnya usia.

## 5. Peran Kunjungan Rumah dalam Observasi dan Intervensi

Kunjungan rumah merupakan salah satu metode penting dalam kegiatan observasi dan intervensi terhadap individu, terutama bagi kelompok lanjut usia seperti nenek yang diamati. Melalui kunjungan rumah, peneliti atau konselor dapat melihat secara langsung kondisi lingkungan tempat tinggal, interaksi sosial, serta kebiasaan hidup sehari-hari individu. Hal ini membantu memperoleh data yang lebih akurat dan kontekstual dibandingkan hanya melalui wawancara atau pengisian angket.

Menurut Hurlock (1980: 52), observasi langsung di lingkungan alami memungkinkan peneliti memahami perilaku individu dalam konteks nyata tanpa tekanan situasi formal. Dalam kasus ini, kunjungan rumah memberikan gambaran nyata tentang rutinitas nenek, hubungan dengan anggota keluarga, serta cara nenek menyesuaikan diri dengan penurunan fisik dan sosialnya.

Selain sebagai sarana observasi, kunjungan rumah juga berperan dalam intervensi. Menurut Suyadi (2013: 215), intervensi yang dilakukan di lingkungan rumah cenderung lebih efektif karena individu merasa nyaman dan aman. Dalam situasi tersebut, konselor dapat memberikan pendampingan, dukungan emosional, atau bimbingan spiritual secara lebih personal. Pada kunjungan yang dilakukan kepada nenek, pendekatan kekeluargaan membuat nenek lebih terbuka dalam berbagi pengalaman dan perasaan.

Selain itu, kunjungan rumah juga membantu memperkuat hubungan empatik antara pengamat dan individu yang diobservasi. Menurut Yusuf (2012: 188), hubungan interpersonal yang hangat merupakan kunci keberhasilan intervensi psikologis dan sosial. Dengan adanya kedekatan emosional, nenek merasa dihargai dan diperhatikan, yang pada akhirnya meningkatkan kesejahteraan psikologisnya.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kunjungan rumah memiliki peran ganda, yaitu sebagai sarana untuk mendapatkan pemahaman menyeluruh melalui observasi langsung, serta sebagai media intervensi yang humanis dan efektif bagi individu yang diamati. Pendekatan ini sangat relevan digunakan dalam konteks bimbingan dan konseling bagi lansia, karena memperhatikan aspek fisik, psikologis, sosial, dan spiritual secara terpadu.

## 2. Simpulan dan Saran

### KESIMPULAM

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan terhadap seorang nenek di lingkungan RT setempat, dapat disimpulkan bahwa setiap aspek perkembangan pada lansia mengalami perubahan yang khas seiring dengan bertambahnya usia. Dari segi

fisik dan motorik, nenek menunjukkan penurunan kemampuan tubuh seperti gerak yang melambat dan mudah lelah, namun masih mampu melakukan aktivitas ringan secara mandiri. Penurunan ini sesuai dengan teori penuaan normal yang dikemukakan oleh Hurlock, bahwa pada usia lanjut terjadi degenerasi organ tubuh yang berdampak pada kekuatan dan koordinasi gerak.

Dalam aspek kognitif dan bahasa, nenek tampak mengalami sedikit kebingungan ketika diberi pertanyaan tertentu, tetapi masih dapat berkomunikasi dengan baik dalam situasi santai. Kemampuan bahasa masih terjaga, walaupun responnya sering singkat seperti “ya” atau “tidak”, yang menunjukkan perlambatan proses berpikir, bukan hilangnya kemampuan berbahasa.

Dari segi sosial dan emosional, nenek cenderung tertutup dan jarang bersosialisasi dengan tetangga, meskipun pernah aktif mengikuti kegiatan seperti arisan. Hal ini menggambarkan adanya perubahan dalam kebutuhan sosial yang lebih mengarah pada ketenangan dan kenyamanan pribadi. Namun, perasaan emosionalnya masih berfungsi baik, terlihat dari responsnya yang lembut dan sensitif ketika membicarakan hal-hal yang menyentuh perasaannya.

Aspek moral dan spiritual juga menunjukkan dinamika tersendiri. Nenek masih memiliki kesadaran terhadap nilai-nilai keagamaan seperti sholat dan kegiatan ibadah lainnya, meskipun pelaksanaannya tidak selalu rutin karena faktor usia dan kondisi fisik. Hal ini menandakan bahwa spiritualitas masih menjadi bagian penting dalam kehidupannya sebagai sumber ketenangan batin.

Peran kunjungan rumah dalam proses observasi dan intervensi sangat membantu peneliti dalam memahami kondisi nenek secara lebih menyeluruh. Melalui kunjungan langsung, pengamat dapat melihat perilaku nyata, lingkungan hidup, serta hubungan sosial nenek secara kontekstual. Pendekatan ini juga menciptakan hubungan empatik yang mendukung intervensi berbasis kasih sayang dan penghargaan terhadap martabat lansia.

Secara keseluruhan, hasil observasi ini menegaskan bahwa proses penuaan bukan sekadar penurunan fungsi, tetapi juga tahap perkembangan yang memerlukan pemahaman, penghargaan, dan dukungan dari lingkungan sekitar agar lansia tetap dapat hidup bermartabat, bahagia, dan bermakna di masa tuanya.

#### A. Saran

Berdasarkan hasil observasi dan pembahasan yang telah dilakukan, disarankan agar keluarga dapat lebih memperhatikan kondisi fisik dan psikologis nenek dengan memberikan dukungan emosional yang konsisten serta melibatkan beliau dalam kegiatan ringan di rumah. Hal ini penting agar nenek tidak merasa kesepian dan tetap memiliki semangat dalam menjalani kesehariannya. Komunikasi yang hangat dan penuh kesabaran juga perlu dijaga, mengingat pada usia lanjut sering terjadi perubahan suasana hati dan penurunan daya ingat.

Selain itu, lingkungan sekitar diharapkan dapat membangun interaksi sosial yang positif dengan nenek melalui sapaan, kunjungan ringan, atau ajakan untuk

mengikuti kegiatan sosial dan keagamaan di sekitar tempat tinggal. Upaya seperti ini dapat membantu nenek merasa dihargai dan diterima di tengah masyarakat. Dukungan dari pihak RT atau lembaga masyarakat juga sangat dibutuhkan, misalnya dengan mengaktifkan kembali kegiatan seperti posyandu lansia, senam pagi, atau pengajian rutin yang dapat membantu menjaga kesehatan fisik, sosial, dan spiritual para lansia.

Bagi peneliti atau mahasiswa yang akan melakukan observasi serupa, disarankan untuk melakukan pendekatan yang lebih mendalam dan berkesinambungan agar mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif tentang perkembangan lansia. Dengan perhatian dan kerja sama antara keluarga, lingkungan, dan lembaga sosial, diharapkan kualitas hidup lansia seperti nenek yang kami observasi dapat terus meningkat, baik secara fisik, sosial, emosional, maupun spiritual sehingga mereka dapat menikmati masa tuanya dengan bahagia dan bermakna.

### Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada orang tua yang telah memberikan dukungan dan semangat sehingga kami dapat menyelesaikan artikel ini dan penulis juga mengucapkan terima kasih kepada narasumber yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini. Kesediaan dan kejujuran Anda sangat berharga bagi keberhasilan penelitian ini.

Kami juga mengucapkan terima kasih kepada teman-teman yang telah memberikan dukungan dan bantuan selama proses penelitian. Diskusi dan saran yang konstruktif sangat membantu dalam memperkaya hasil penelitian.

Terima kasih yang sebesar-besarnya juga kami ucapkan kepada Bapak Ramadhan Lubis yang telah membimbing dan memberikan arahan selama proses penelitian. Pengalaman dan pengetahuan yang dibagikan sangat bermanfaat bagi penulis.

Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak dan memberikan kontribusi positif bagi masyarakat.

### DAFTAR PUSTAKA

- Desmita. (2017). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Erikson, E. H. (1968). *Identitas: Masa Muda dan Krisis*. New York: W. W. Norton & Company.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Papalia, D. E., Feldman, R. D., & Olds, S. W. (2009). *Perkembangan Manusia*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Santrock, J. W. (2002). *Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Penerbit Erlangga. Suyadi. (2013). *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Pedagogia.
- World Health Organization (WHO). (2018). *Penuaan dan Kesehatan*. Jenewa: WHO Press. Yusuf, S. (2012). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.